

きゅうしょく
給食だより



編集：西神ファーム 管理栄養士 南隅 美保

寒さの中でも木々は芽吹きはじめ、春の訪れを感じさせる季節となりました。

1月は体調不良によりお休みする人が多かったのですが、今月はお休みする人も少なく、給食の時間もみんな揃って楽しい会話とともに過ごすことができましたね。

春の訪れと言えば「節分と立春」ですね。冬から春への季節の分かれ目である2月3日の給食では、巻き寿司・イワシの塩焼き・福豆を提供しました。皆さん、すごく嬉しそうに食べていたのが印象的でした。

3月の給食では、3日にひな祭りの行事食になっています。楽しみにしていて下さいね。

その他、好評だったメニューを紹介합니다。



2月15日(月)
牛丼・鶏ささみと野菜の酢味噌和え・
味噌汁(キャベツ・シジ・モヤシ・わかめ)
牛乳寒天

2月22日(月)
さんまの開き干し
ブロッコリーのソテー
切干大根と豚肉の炒め物
味噌汁(人参・たまねぎ・大根・白菜)



2月26日(金)
ミートスパゲッティ
コールスローサラダ
コンソメスープ(たまねぎ・人参・小松菜・
しめじ)

H28. 3 こんだてひょう 献立表

こんだてさくせい 献立作成：ハッピー-クワ7栄養士 せいようし たかしまはる か 高島陽佳

日	月	火	水	木	金	土
		1 プルコギ風 (キャベツ・レタス) 長芋の酢の物 味噌汁(野菜) 751kcal	2 一味チキン (レタス・キュウリ) マセドアン サラダ 味噌汁 (豆腐・野菜) 736kcal	3 ちらし寿司 ほうれん草の おかか和え お吸い物 ももゼリー 709kcal	4 豚肉と厚揚げ の卵とじ かぶの 酢の物 味噌汁(野菜) 759kcal	5
6	7 鶏肉のトマト 煮込み マカロニ サラダ 味噌汁(野菜) 757kcal	8 アジフライ (キャベツ・レタス) 筑前煮 味噌汁(野菜) 775kcal	9 肉豆腐 春雨の 酢の物 味噌汁(野菜) 759kcal	10 豚のソテー (レタス・キュウリ) きんぴら ごぼう 味噌汁(野菜) 746kcal	11 オムライス グリーン サラダ コンソメスープ フルーツ ヨーグルト 756kcal	
13	14 鯛のハーフ焼き (レタス・サラダ菜) 南瓜のそぼろ あんかけ 酢の物 味噌汁(野菜) 745kcal	15 豚肉の生姜焼き (キャベツ・人参) 切り干大根の 煮物 味噌汁(野菜) 754kcal	16 サバの塩焼き 肉じゃが 味噌汁(野菜) 742kcal	17 豚カツ (キャベツ・人参) 白菜の煮物 味噌汁(野菜) 746kcal	18 和風スパゲッティ コーンサラダ フルーツ ヨーグルト 746kcal	
20	21 春分の日 振替休日	22 チンジャオ ロース 白和え もずくの 酢の物 味噌汁(野菜) 754kcal	23 鶏肉の照焼き (キャベツ・レタス) れんこんの 梅肉和え 牛乳味噌汁 (野菜) 748kcal	24 鮭のホイル 焼き 高野豆腐の 含め煮 味噌汁(野菜) 737kcal	25 チキンカレー (麦ごはん) グリーン サラダ フルーツ ヨーグルト 770kcal	26
27		29 豚肉のピカタ (レタス・ブロッコリー) コールスロー サラダ 味噌汁(野菜) 752kcal	30 鶏肉の さっぱり煮 ほうれん草の ごま和え 豚汁 747kcal	31 麻婆豆腐 大根と鶏肉の 煮物 中華スープ (野菜) 766kcal		